

# Wer hat Angst vorm Zahnarzt?

Wie man sich erfolgreich und angstfrei behandeln lassen kann!



**Dr. med. dent. Alaa Narouz**, studierte in Köln und Aachen und an der UCLA in Los Angeles. Seit 1995 ist er selbstständig in eigener Praxis in Köln-Vogelsang niedergelassen. Er ist Mitglied der Deutschen Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose und der Deutschen Gesellschaft für Implantologie. Seine Tätigkeitsschwerpunkte sind die hochwertige ästhetische prothetische Versorgung bei Angstpatienten sowie die Prophylaxe bei Kindern und Erwachsenen.

Beim Zuruf „Wer hat Angst vorm weißen Mann...“ – in Abwandlung des Kinderspiels „Wer hat Angst vorm Schwarzen Mann“ – müssten viele Erwachsene den Finger strecken. Die Angst vorm Zahnarzt ist nicht nur weit verbreitet, sondern oft so groß, dass selbst eine dicke Backe den Schmerzgepeinigten nicht in die Praxis treibt. Der **Kölner** Zahnmediziner **Dr. med. dent. Alaa Narouz** erklärt für MfM wie man diesen Patienten die Angst nehmen und sie für die zahnärztliche Behandlung gewinnen kann.

## ÄTIOLOGIE

Fast zwei Drittel aller Patienten verbinden mit dem Begriff „Zahnarzt“ oder „zahnärztliche Behandlung“ Angst. Hierfür geben die Patienten verschiedene Ursachen an. Diese reichen von der negativ besetzten sensorischen (olfactorischen) Wahrnehmung bereits beim Betreten der Praxis „hier riecht es nach Zahnarzt“, über die Spritze, Schmerzen, bis hin zur Person des Behandlers. Oftmals gehen diesen Ängsten negative Behandlungstraumata voraus, welche bereits in der Kindheit erfolgten. Ebenso führen Horrorgeschichten durch Freunde und Bekannte bezüglich verschiedener



© Peter Close, www.shutterstock.com

**Die Furcht vor der Zahnbehandlung ist in vielen Fällen nicht zu unterschätzen. Sie kann nicht nur den Weg in die Praxis verlängern, sondern richtig Stress erzeugen und sich körperlich bemerkbar machen.**

zahnärztlicher Therapien wie z. B. die der „Parodontosebehandlung“, zu einer verstärkten Ängstlichkeit. Die Furcht vor der Zahnbehandlung ist in vielen Fällen nicht zu unterschätzen. Sie kann nicht nur den Weg in die Praxis verlän-

gern, sondern richtig Stress erzeugen und sich körperlich bemerkbar machen. Schweißausbrüche, Verkrampfung bis hin zu massiven Kreislaufproblemen sind mögliche Auswirkungen. Diese Angstpatienten suchen die Praxis nur im äußersten Notfall auf. Die Folgen durch dieses Vermeidungsverhalten führen zu noch größeren Zahnschmerzen bzw. zu tief zerstörten Zähnen, zu erheblichem Knochenschwund des Zahnhalteapparates bis hin zum vorzeitigen Zahnausfall und eröffnen einen Teufelskreis: Schlechte oder gar verwahrloste Zähne führen früher oder später zwangsläufig zu Zahnschmerzen, die wiederum den Gang zum Zahnarzt unerlässlich machen und größere Behandlungen mit sich bringen. Die Angst bleibt oder verstärkt sich sogar noch. Die Fragestellung lautet also: Wie kann man diesen Patienten die Angst nehmen und sie für die zahnärztliche Behandlung gewinnen?

### ANÄSTHESIE

Zunächst einmal setzen viele Behandler, da sie den kindlichen und erwachsenen Angstpatienten als nicht kooperativ einstufen, auf die Allgemeinanästhesie. Die Allgemeinanästhesie zeichnet sich durch ein niedriges Risiko aus. Bei fachärztlicher Durchführung und richtiger Indikation stellt sie häufig das Behandlungsmittel der Wahl dar. Unter Narkose erfolgt eine Sanierung des Gebisses, aber dennoch bleibt der Patient genauso ängstlich wie vor dem Eingriff. Es kann unter diesen Umständen also keine vertrauensvolle Zahnarzt-Patient-Beziehung aufgebaut werden.

### KOMMUNIKATION

Aber gerade diese Beziehung lässt sich durch eine adäquate Kommunikation bewerkstelligen, wobei man sich die verbale und nonverbale Kommunikation zu nutzen machen sollte. Dabei sollte die Ansprache besonders bei der Behandlung von unkooperativen Kindern immer in kindgerechter Sprache und auf Augenhöhe erfolgen. Es sollte eine aktive Motivation mit Lob erfolgen. (Das hast du toll gemacht.) Die dadurch erfahrene positive Bestätigung mittels Lob, Ermun-

terung sind Bestandteile vertrauensbildender Maßnahmen und ein wichtiger Baustein für eine erfolgreiche Zahnarzt-Patient-Beziehung.

### EHRlichkeit

Ein Überraschungsangriff oder die Unwahrheit bezüglich einer anstehenden Behandlung stellt insbesondere bei kindlichen und erwachsenen Angstpatienten ein Vertrauensbruch dar. Das notwendige Vertrauensverhältnis zwischen Zahnarzt und Patient wird so konterkariert (Ehrlichkeit). Auch andere Hilfsmittel wie die Ablenkung durch Musik, Natur- und Tierfilme, Videospiele, die auf die Decke projiziert werden, tragen zu einer angstfreieren Behandlung bei.

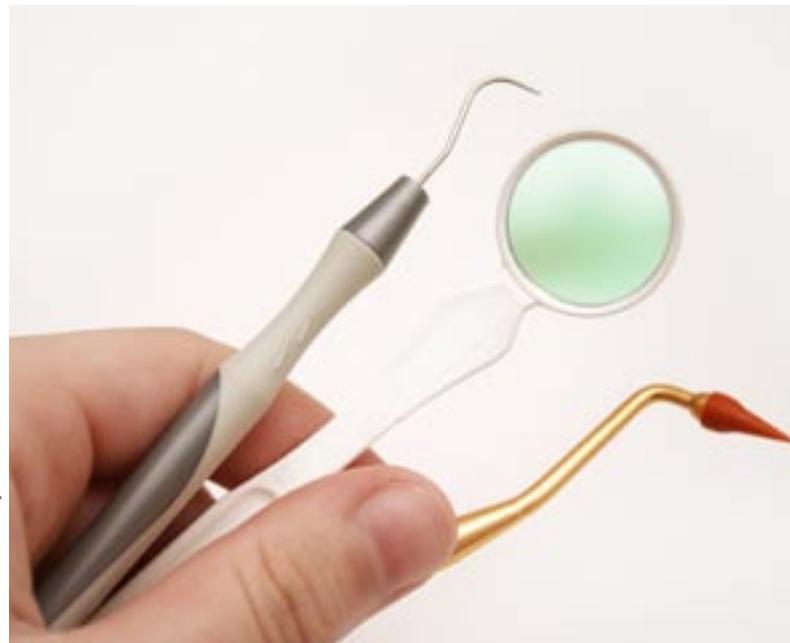
### ANGSTDIAGNOSTIK

Bevor die Therapie eingeleitet wird ermittelt man im Rahmen der Angstdiagnostik mittels eines hierarchischen Angstfragebogen ( HAF ) nach Jöhren wie ängstlich der Patient ist. In diesem Selbstbeurteilungsverfahren werden die drei Ausdrucksebenen der Angst (Physiologie, Verhalten und psychische Prozesse) erfasst. Der Bogen besteht aus elf Fragen und unterteilt die Patienten ebenfalls in drei Gruppen:

- ◆ niedrig ängstlich (bis 30 Punkte)
- ◆ mittelmäßig ängstlich (31 bis 38 Punkte)
- ◆ hoch ängstlich (> 38 Punkte)

### AKTIVER ANGSTABBAU

Nachdem die Diagnostik abgeschlossen ist, wird der Patient langsam an die



### EMPATHIE

Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Zahnarzt und Patient wird sich jedoch erst dann einstellen, wenn sich der Patient durch das Einfühlungsvermögen des Behandlers verstanden und angenommen fühlt (Empathie). Als erfolgreiches Mittel hat sich die zahnärztliche Hypnose gepaart mit Atemübungen und Entspannungstechniken erwiesen, um die Angst abzubauen. Ängstliche Patienten lernen dabei, wie man sich selbst beruhigt und den Körper in die Lage versetzt die Behandlung mitzutragen.

notwendige Behandlung herangeführt. Gemeinsam mit dem Patienten wird der beabsichtigte Behandlungsablauf genau durchgesprochen (Tell), die behandlungsnotwendigen Instrumente werden gezeigt (Show) noch bevor mit der Behandlung begonnen wird (Do). Bezieht man Angstpatienten zu jedem Zeitpunkt mit in die Behandlung und Überlegungen ein, schafft man die gewünschte Beziehung und Nähe zwischen Patient und Behandler und legt damit den Grundstein für eine angstfreie Behandlung sowie ein ausgezeichnetes Behandlungsergebnis.

Dr. med. dent. Alaa Narouz ■